

## Veranstaltungen Dezember 2023

- 01.12.23**  
13.30-14.30 Uhr  
Sven Rhenius  
**Freitag**  
„Donna Claras“  
Chorprobe mit  
anschließendem Kaffee
- 02.12.23**  
14-18 Uhr  
Martinistr. 31-33  
**Samstag**  
Adventscafé  
in St. Martinus
- 04.12.23**  
15.30 Uhr  
Claudia Lemm  
**Montag**  
Stadt-Land-Fluss
- 05.12.23**  
15 Uhr  
Team martini erleben  
**Dienstag**  
martini erleben- Café:  
Adventsgeschichten &  
Lieder
- Treffen: 15 Uhr  
Martinistr. 33  
P. Ulrich Thomas und  
Team  
Besuch der Al-Nour  
Moschee in Hamburg  
Horn (16.30-18 Uhr)  
*Bitte anmelden!*
- 06.12.23**  
Treffen: 9.45 Uhr  
Martinistr.33  
Anette Riekens  
**Mittwoch**  
NDR Führung Lokstedt  
Bitte Perso mitbringen!  
Dieser Folgetermin ist  
ausgebucht!
- 10.30-11.30 Uhr  
Shamima Abbé  
Yoga im Sitzen  
8 € (6 € ermäßigt)  
Anmeldung unter Tel.:  
0151-171 00 705
- 15 Uhr  
Pn. Carola Müsse  
Bibelgespräch

## Veranstaltungen Dezember 2023

- 07.12.23**  
9.30 Uhr  
Marianne Meyerhoff  
**Donnerstag**  
Fröbelsterne basteln ☺
- 10.30-11.30 Uhr  
Shamima Abbé  
Yoga im Sitzen  
8 € (6 € ermäßigt)
- 15.30 Uhr  
Claudia Lemm  
Spiele und *Cappuccino*
- 08.12.23**  
14.30 Uhr  
Claudia Lemm  
**Freitag**  
Line Dance  
(mit Vorkenntnissen)
- 11.12.23**  
15.30 Uhr  
Franziska Niemann  
**Montag**  
*Musik bewegt* 4 €  
Rhythmik im Sitzen
- 12.12.23**  
9-10.30 Uhr  
Claudia Lemm /  
Anette Riekens  
**Dienstag**  
Adventsfrühstück 3 €  
*Bitte anmelden!*
- 13.12.23**  
10.30-11.30 Uhr  
Shamima Abbé  
**Mittwoch**  
Yoga im Sitzen  
8 € (6 € ermäßigt)
- 15 Uhr  
P. Ulrich Thomas  
Bibelgespräch
- 14.12.23**  
10.30-11.30 Uhr  
Shamima Abbé  
**Donnerstag**  
Yoga im Sitzen  
8 € (6 € ermäßigt)
- 15.30 Uhr  
Spielemittwoch

## Veranstaltungen Dezember 2023

- 15.12.23**  
13.30-14.30 Uhr  
Sven Rhenius  
**Freitag**  
„Donna Claras“  
Chorprobe mit  
anschließendem Kaffee
- 18.12.23**  
15 Uhr  
Team Leben im Alter  
**Montag**  
Weihnachtsfeier der  
Begegnungsstätte  
*Bitte anmelden!*
- 19.12.23**  
11.30 Uhr  
Anette Riekens  
**Dienstag**  
Künstler aller Art:  
Georgia o´ Keeffe  
1887-1986
- 20.12.23**  
10.30-11.30 Uhr  
Shamima Abbé  
**Mittwoch**  
Yoga im Sitzen  
8 € (6 € ermäßigt)
- 15 Uhr  
Pn. Carola Müsse  
Bibelgespräch
- 21.12.23**  
10.30-11.30 Uhr  
Shamima Abbé  
**Donnerstag**  
Yoga im Sitzen  
8 € (6 € ermäßigt)
- 15.30 Uhr  
Spiele und *Cappuccino*
- 22.12.23**  
10 Uhr  
Claudia Lemm  
**Freitag**  
Weihnachts-  
Line Dance für beide  
Gruppen  
*Bitte anmelden!*

## Veranstaltungen Dezember 2023

**Wir wünschen eine schöne Advents- und Weihnachtszeit und einen guten Rutsch ins neue Jahr. ☺**



**Wir bieten Einzelstunden für Tablet und Smartphone. Terminvergabe:  
Tel. 48 78 39**

## So finden Sie uns

### Begegnungsstätte Martinstraße

Martinstraße 33      Bushaltestelle  
20251 Hamburg      Julius-Reincke-Stieg  
Linie M20 u. M25

### Leben im Alter / Begegnungsstätte

**Claudia Lemm**  
**Anette Riekes**  
040- 48 78 39  
Telefon  
040- 48 74 52  
Fax  
E-Mail      [leben@alsterbund.de](mailto:leben@alsterbund.de)  
Homepage      [www.lebenimalter-hh.de](http://www.lebenimalter-hh.de)

### Zu Hause alt werden / Besuchsdienst

**Pastor Veit Buttler**  
040- 46 77 60 95  
Telefon  
E-Mail      [veit.buttler@alsterbund.de](mailto:veit.buttler@alsterbund.de)

### QplusAlter

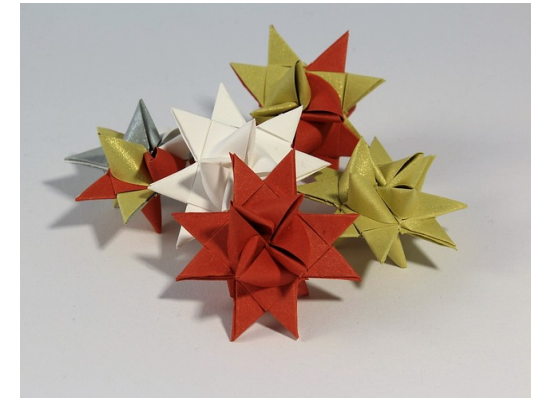
**Beratungsangebot für Fragen rund ums Alter**  
Catharina Klein Tel. 0173 247 68 29  
Tel: 040 50 77 33 54  
Montags 9-16 Uhr

### Café Martin

Zeit zum Klönen und Erzählen  
Öffnungszeiten      15 Uhr  
(Wenn am Nachmittag Veranstaltungen stattfinden)

## Begegnungsstätte Martinstraße

## Programm Dezember 2023



Fröbelsterne (Pixabay)

**Wir freuen uns auf Sie!**